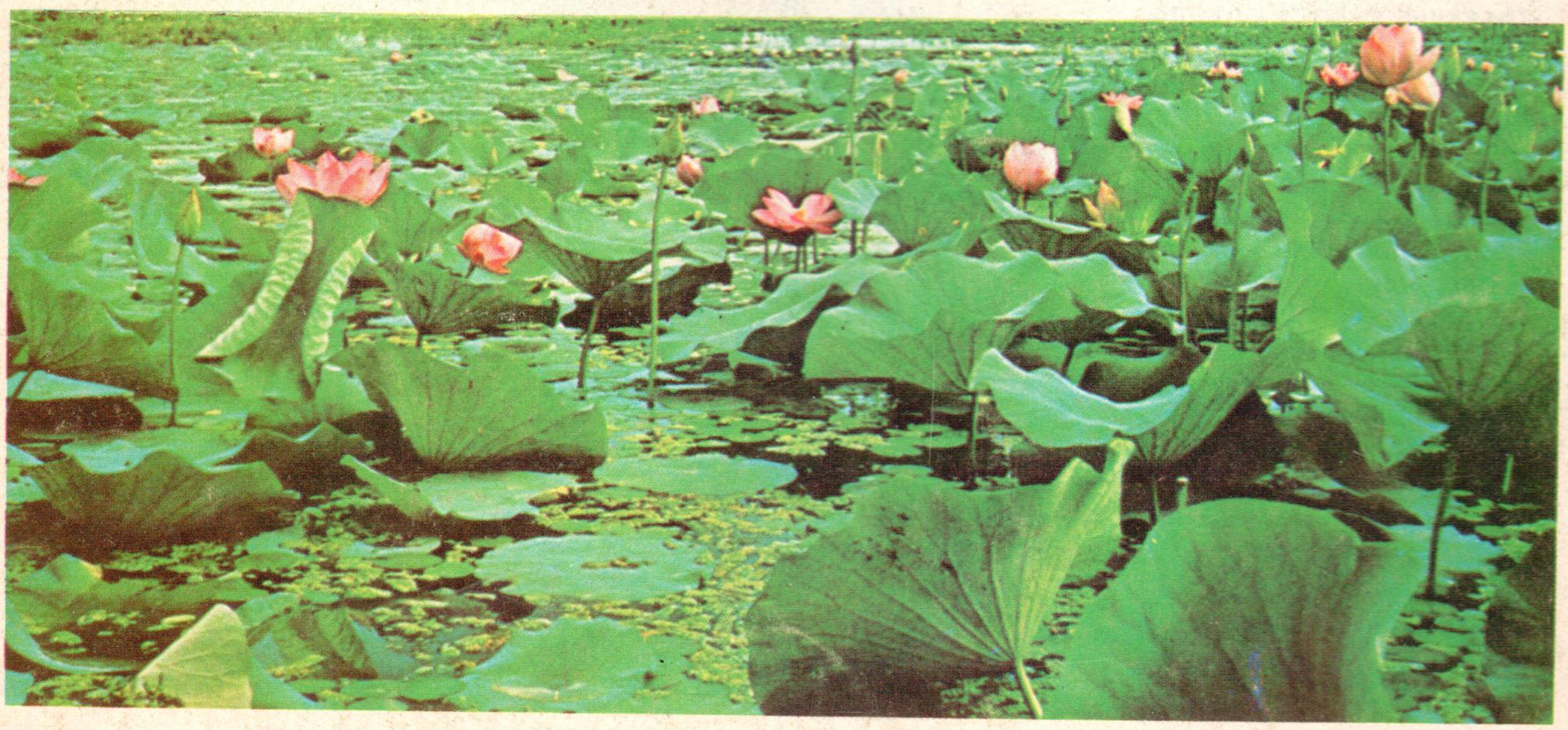
28

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN

Argenti uay N$35C
A 45



Enciclopedia de
PLANTAS QUE CURAN
FASCICULO 28 Año 1987

Director Responsable
Lic. Danilo M. Conseil
Director Editorial
Inés C. González López

Diagramación
Tito Fiori

Armado
Marcelo Villegas-Dario Shinji

Dibujos
Jorge Mercado

Fotografía
Eduardo Lettieri

Es una publicación de
Ediciones EDILIBA
Córdoba 1364 5 D
Capital Federal

Distribuidora en Capital Federal
Juan Vidal e Hijos
Carlos Pellegrini 739 1º 4

Distribuidor en Interior
SADYE S.A.
Av. Belgrano 355 9º y 10º Piso
T.E. 30-5847-1536-1537
Capital Federal

Distribución en el Uruguay
Hebert Berriel - Nery Martínez
Hebert Berriel Bello
Paraná 750
Tel. 90-5155 91-5614
Montevideo

Distribuidor Interior Uruguay
Distribuidora América
Paraná 750 - Tel. 91-5614
Montevideo

Impreso en Talleres Gráficos
RECALI S.A.
Perdriel 1534 - Capital

Derechos de la obra reservado por ediciones Ediliba
Prohibida la reproducción parcial o total sin previa autorización de la editorial

SUMARIO

Perejil ..... Pág. 439
Saponaria ..... Pág. 439
Ruda ..... Pág. 439
Retama ..... Pág. 440
Peonia ..... Pág. 440
Redodendron ..... Pág. 441
Tanaceto ..... Pág. 441
Tuja ..... Pág. 441
Recetas Medicinales Pág. 442
Boj ..... Pág. 433
Ecbalio ..... Pág. 434
Granado ..... Pág. 434
Hiedra trepadora ... Pág. 435
Henne ..... Pág. 435
Lengua de perro .... Pág. 436
Murajes ..... Pág. 436
Nueza negra ..... Pág. 437
Pampajarito ..... Pág. 438

Esta publicación solamente aspira a informarlo de las propiedades curativas de algunas plantas conocidas en nuestro país. No es un manual para automedicarse ni pretende reemplazar la labor de un facultativo. Consulte a su médico, solamente él puede ser quien decida y supervise un tratamiento prolongado.

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN en una obra compuesta de 30 fascículos de aparición semanal que se encuadernarán en dos volúmenes de 15 fascículos cada uno.

Partes de la planta utilizadas

Formas de consumo

BOJ

Nombre científico:
Buxus Sempervirens
Familia:
Buxáceas

El Boj es unarbusto perenne de aproximadamente un metro de altura, que en condiciones muy favorables puede sobrepasar los cinco metros. Esta planta es de crecimiento muy lento y puede llegar a vivir 600 años. La corteza es rugosa y la madera, de color amarillento, es muy dura. Las hojas, de forma ovadoelíptica, son opuestas, brillantes, de consistencia coríacea y provistas de un corto pecíolo. Las flores, dispuestas en racimos en las axilas de las hojas, son muy pequeñas y de color verdoso. El fruto es una cápsula de forma elíptica, compuesta de tres lóculos, que se abre en la época de la madurez arrojando al exterior las semillas de color negro brillante y muy pequeñas. De la forma y características del fruto toma esta planta su nombre científico, pues **Puxos** en griego significa estuche pequeño. Esta planta prefiere terrenos calcáreos. La recolección, con fines medicinales, se puede realizar durante todo el año.

La corteza y hojas del Boj tienen propiedades febrífugas, diaforéticas, colagogas y antirreumáticas y se utilizan en la preparación de polvos, infusiones, concimientos y tinturas.

Dentro de los compuestos químicos que contituyen sus pricipios activos podemos indicar: aceite esencial, tanino, buxina, azúcares, alcoloides secundarios.

Los preparados caseros en base a Boj deben utilizarse con prudencia, ya que los principios activos de esta planta no han sido profundamente estudiados. Las hojas se han utilizado como sustituto del Lúpulo en la elaboración de cerveza y como sucedáneo de la Quinina en el tratamiento de la fiebre malaria.

La corteza tiene propiedades antihelmínticas reconocidas. De esta planta se obtiene por destilación un aceite esencial de reconocidas propiedades odontálgicas.

En homeopatía, el Boj es utilizado como antirreumático.

La madera, sumamente densa, de estructura homogénea y no fibrosa, es ampliamente utilizada en trabajos de tornería.

ECBALIO

Esta planta, así como sus propiedades y forma de consumo, que no ofrecen peligro, ya ha sido descripta anteriormente.

Los frutos del Ecbalio tienen propiedades de purgante drástico; la raíz, empleada en cocimiento, es un eficaz remedio para el tratamiento de la sarna, aplicada en fomentos y lavajes.

El uso del Ecbalio debe ser hecho de manera muy cuidadosa y bajo supervisión médica, ya que dosificado en cantidades inadecuadas, puede provocar graves transtornos gastrointestinales a los que siguen hemorragias y en casos extremos la muerte.

Asimismo, deben abstenerse de su consumo las mujeres embarazadas, ya que esta planta tiene reconocidas propiedades abortivas.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos, podemos mencionar: azúcares, ácido linoleico, elaterina, ácido esteárico, almidón, alcohol, ácido palmítico, elaterasa y resinas aromáticas.

GRANADO

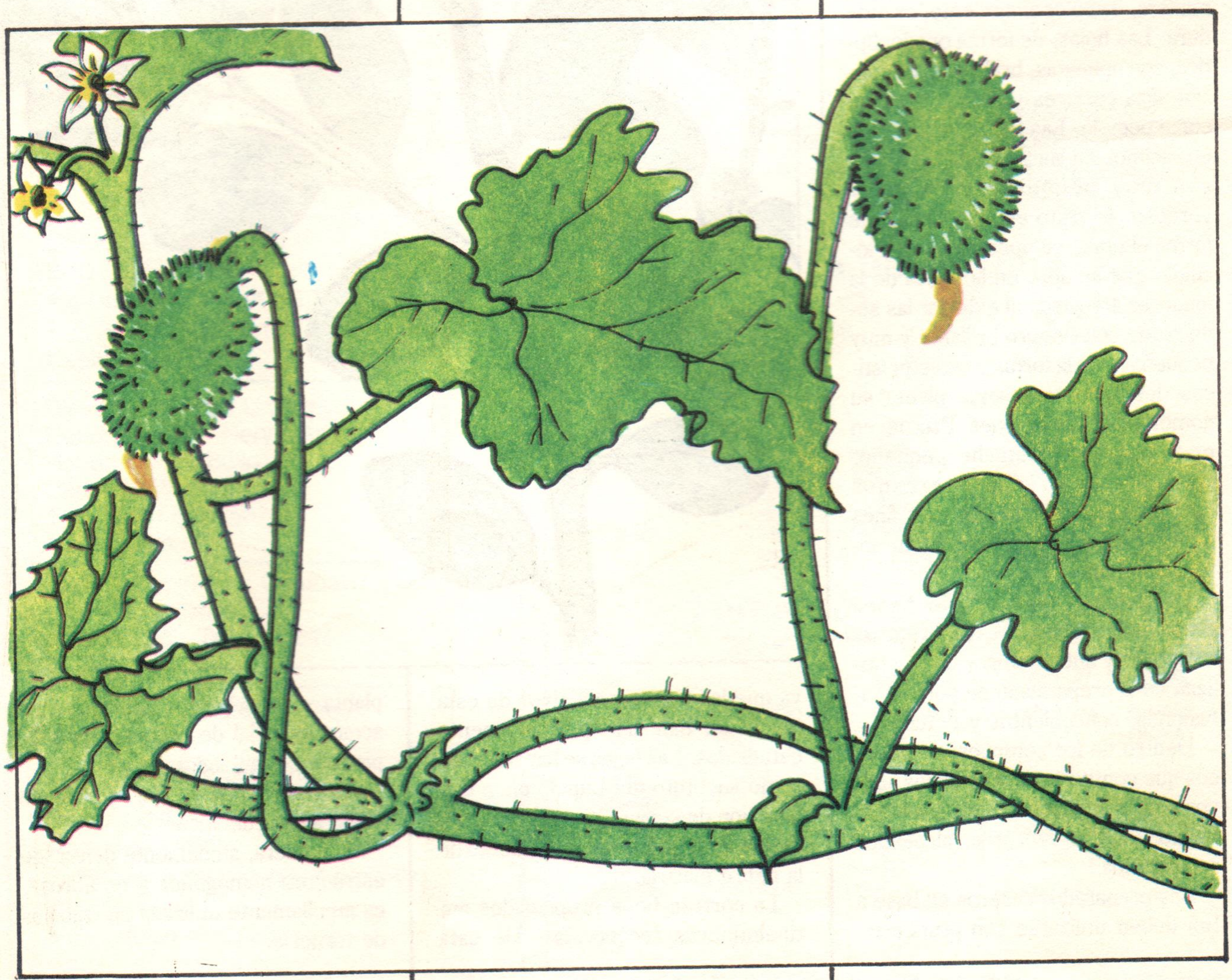
Esta planta, así como sus propiedades y formas de consumo, que no ofrecen peligro, ya han sido descriptas anteriormente.

Las semillas del fruto del Granado tienen propiedades refrescantes y se pueden consumir directamente o bien elaboradas en forma de jarabe o granulados. La corteza del fruto tiene propiedades tenífugas, astringentes, tónicas y vermífugas. Análogamente, con la corteza de la raíz se pueden preparar compuestos vermífugos y tenífugos.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos podemos citar: peletierina, ácido pirogálico, resinas colorantes, musílagos, derivados de la piridina, oxalato de calcio, ácido granatotánico, tanino y azúcares vegetales.

Es necesario ser muy cuidadoso en la elaboración y consumo de preparados con la corteza de la raíz del Granado, ya que si se emplea en dosis excesivas, puede producir intoxicaciones y aún envenenamientos. Igual cuidado debe tenerse en caso de emplear la corteza del fruto para combatir la tenia, debido a que algunas personas no tienen tolerancia a este tipo de tratamiento que suele, por lo general, ser algo drástico, de allí que se recomiende hacer este tipo de tratamiento bajo control y supervisión médica.

La corteza de los frutos, debido a su alto contenido en tanino, ha sido utilizada para curtir cueros y en la obtención de colorantes para tejidos.



HIEDRA TREPADORA

Esta planta, así como sus propiedades y formas de consumo, que no ofrecen peligro, ya ha sido descripta anteriormente.

Las hojas de la hiedra tienen propiedades antirreumáticas, antineurálgicas, vasoconstrictoras, emenagogas y tosífugas.

Su recolección con fines medicinales se realiza en los meses de otoño.

Como tiene acción moderadora sobre la sensibilidad nerviosa periférica suelen ser muy efectivas las preparaciones a base de Hiedra Trepadora, para ser aplicada en forma externa, fundamentalmente en casos de reumatismos y neuralgias. Consultar los preparados con Hiedra Trepadora.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos podemos citar: saponósidos, foliculina, tanino, sales minerales, heterócidos, inositol.

A pesar de que algunas especies de animales utilizan los frutos de la Hiedra como alimento, hay que abstenerse de consumirlos, ya que en grandes dosis pueden resultar tóxicos.

El cocimiento de hojas de hiedra puede servir para reavivar el color negro de los tejidos y como tintura de cabellos.

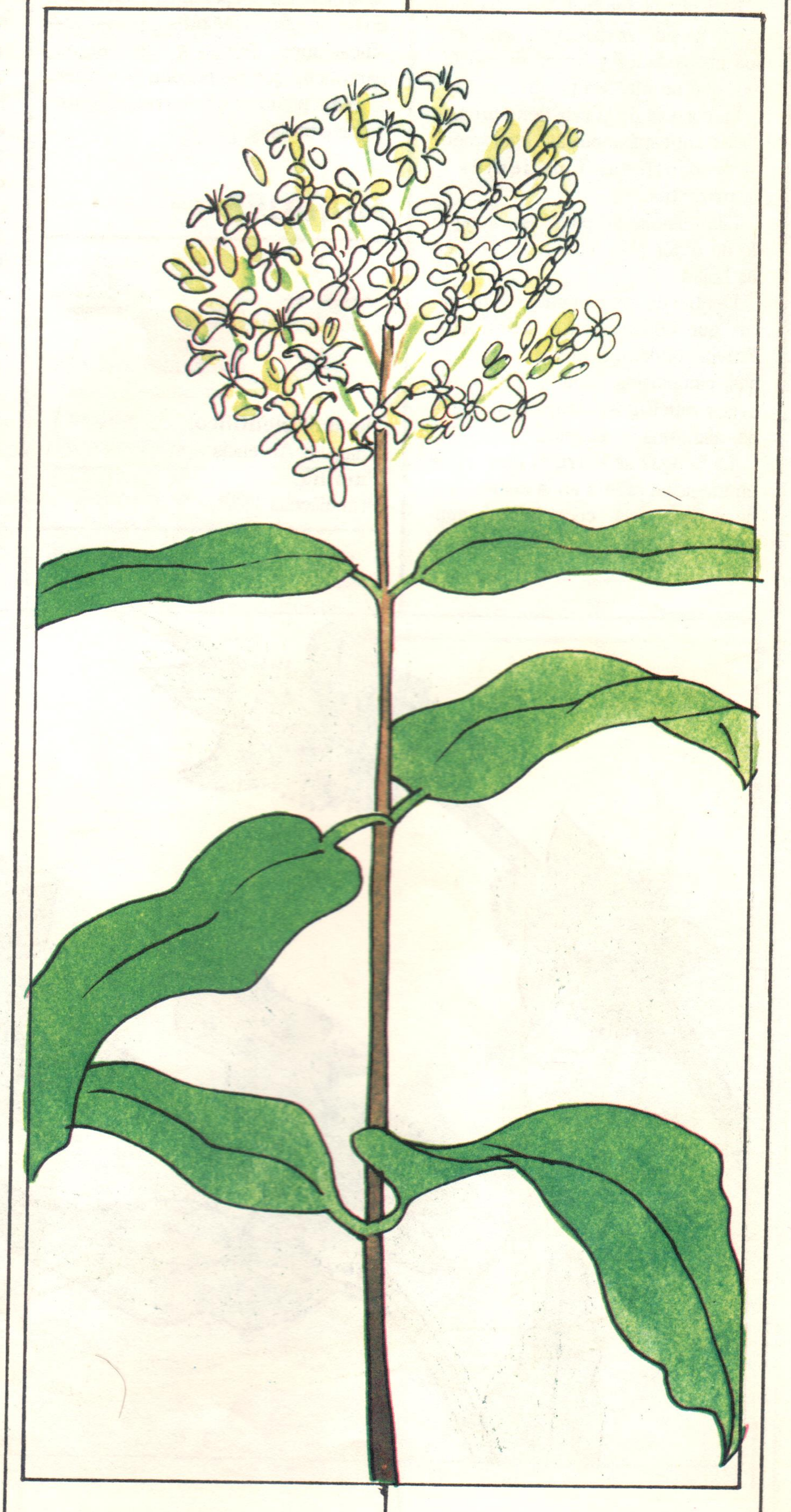
HENNE

Esta planta, así como sus instrucciones para uso externo que no ofrecen peligro, ya ha sido descripta anteriormente.

Las hojas del Henne tienen propiedades detergentes y cicatrizantes, y su recolección con fines medicinales se realiza en los meses de verano, para la preparación de infusión, tintura o cataplasma, siempre de uso externo.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos podemos señalar: manitol, resinas, tanino, y ligustrina.

Aunque antiguamente se utilizaba la corteza de esta planta con fines estomacales, no es aconsejable este tipo de uso, ya que muchas personas sufren intolerancia a este tipo de preparados, pudiendo reaccionar de manera negativa a ellos.



LENGUA DE PERRO

Esta planta, también llamada Cinoglosa, ha sido ya descripta, así como sus propiedades y forma de consumo, que no ofrecen peligro.

La corteza de la raíz tiene propiedades antiespasmódicas, ligeramente narcóticas, emolientes y cicatrizantes.

Las mismas propiedades, aunque de un tenor más moderado, poseen las hojas.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos podemos mencionar: resinas, cinoglosina, tanino, inulina, gomas y mucílagos, cinogloseína, colina, alantoína, y alcanina.

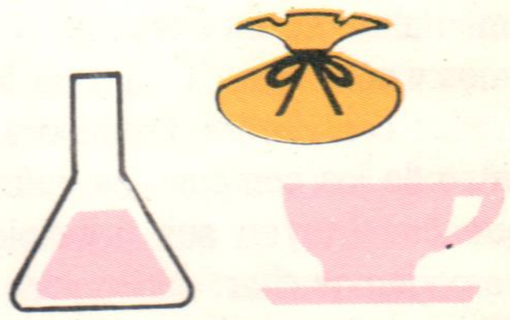
La Lengua de Perro es muy usada en medicina casera en la elaboración de cataplasmas, cocimientos, infusiones, tinturas, o directamente el jugo.

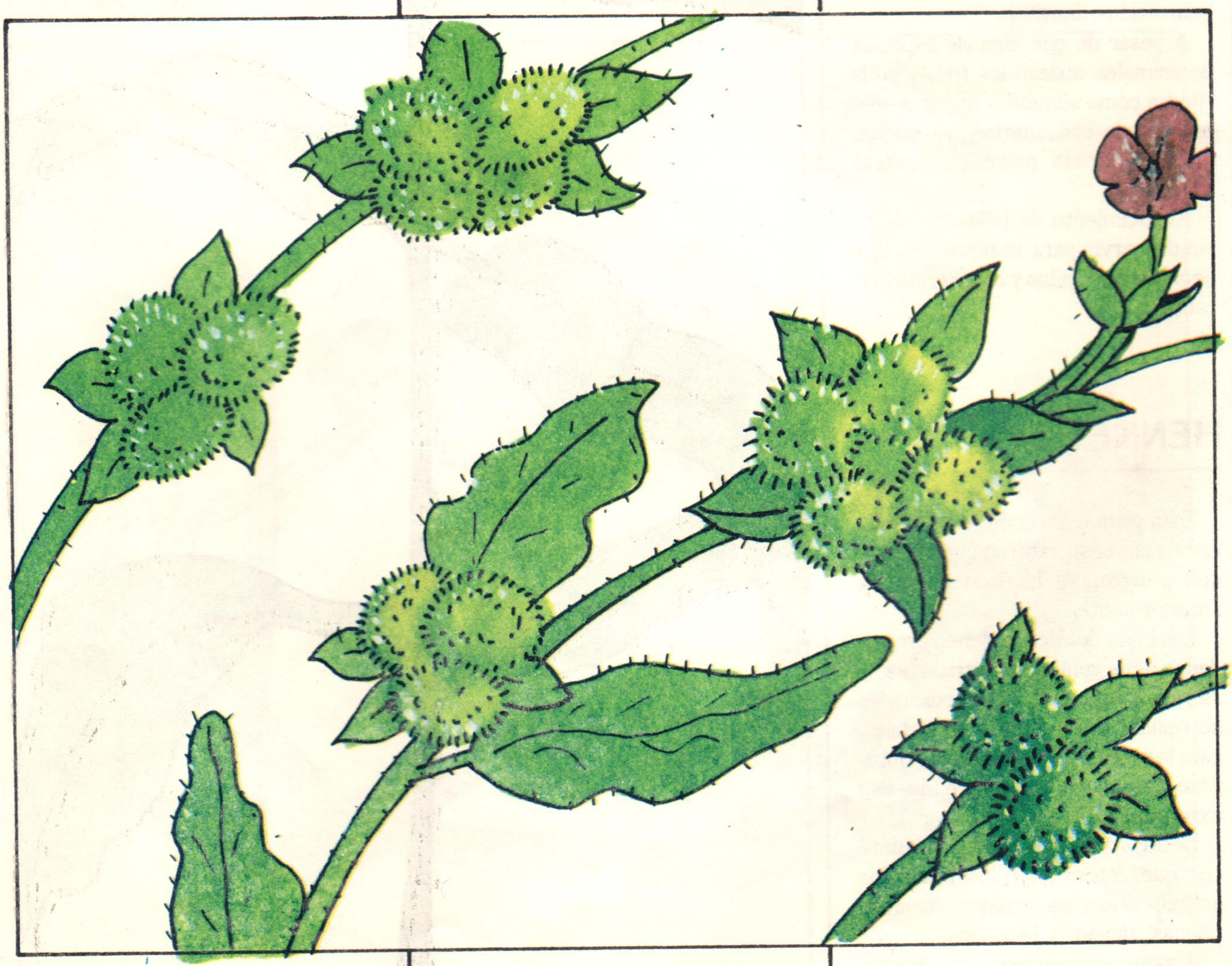
Si bien esta especie es conocida y utilizada desde la antiguedad en virtud de sus propiedades calmantes, hay que ser muy cuidadoso y prudente al elaborar preparados, observando las proporciones prescriptas y dosificaciones, debido a sus efectos narcóticos que se pueden potenciar si esta planta es incorrectamente administrada.

MURAJES

Nombre científico:
Anagallis Arvencis
Familia:
Primuláceas

Planta anual de raíz fusiforme y retorcida, de tallo rastrero, provisto de raices adventicias. Las hojas son opuestas, ovado lanceoladas, con el ápice muy agudo y muchas veces terminado en una punta rojiza, de borde entero, consistencia coriácea, provista de un pecíolo muy corto o, más frecuentemente, sésiles. Las hojas pueden tener el borde ondulado; tienen nervaduras paralelas que les dan un aspecto característico y son de un color verde brillante intenso; en la cara inferior son de color más claro y de superficie punteada. Las flores, compuestas de cinco pétalos y cáliz de cinco sépalos son solitarias de color rojo ladrillo o rosado claro, son erectas y colgantes, provistas de un largo pedúnculo. El fruto es una cáp-





sula, provista de abundantes semillas en su interior. Esta planta gusta de suelos arenosos y se da espontáneamente en terrenos no cultivados o a la orilla de los caminos. Es originaria de Europa, pero puede encontrársela en nuestro país.

El Murajes, la planta entera, tiene propiedades colagogas, vulnerarias, béquicas y astringentes. Se utiliza en la elaboración de tinturas, infusiones y cataplasmas.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos podemos citar: saponina, primaverasa, ciclamina y tanino.

Es desaconsejable el uso interno de Murajes debido a que algunos de sus compuestos químicos no están debidamente estudiados. En dosis excesivas, pueden provocar excitación nerviosa, temblores, y aún tener efectos diuréticos muy intensos. Es creencia popular que las gallinas que comen esta planta cantan eufóricamente. De allí el origen de su nombre científico: **anagalei** en griego, significa reír intensamente.

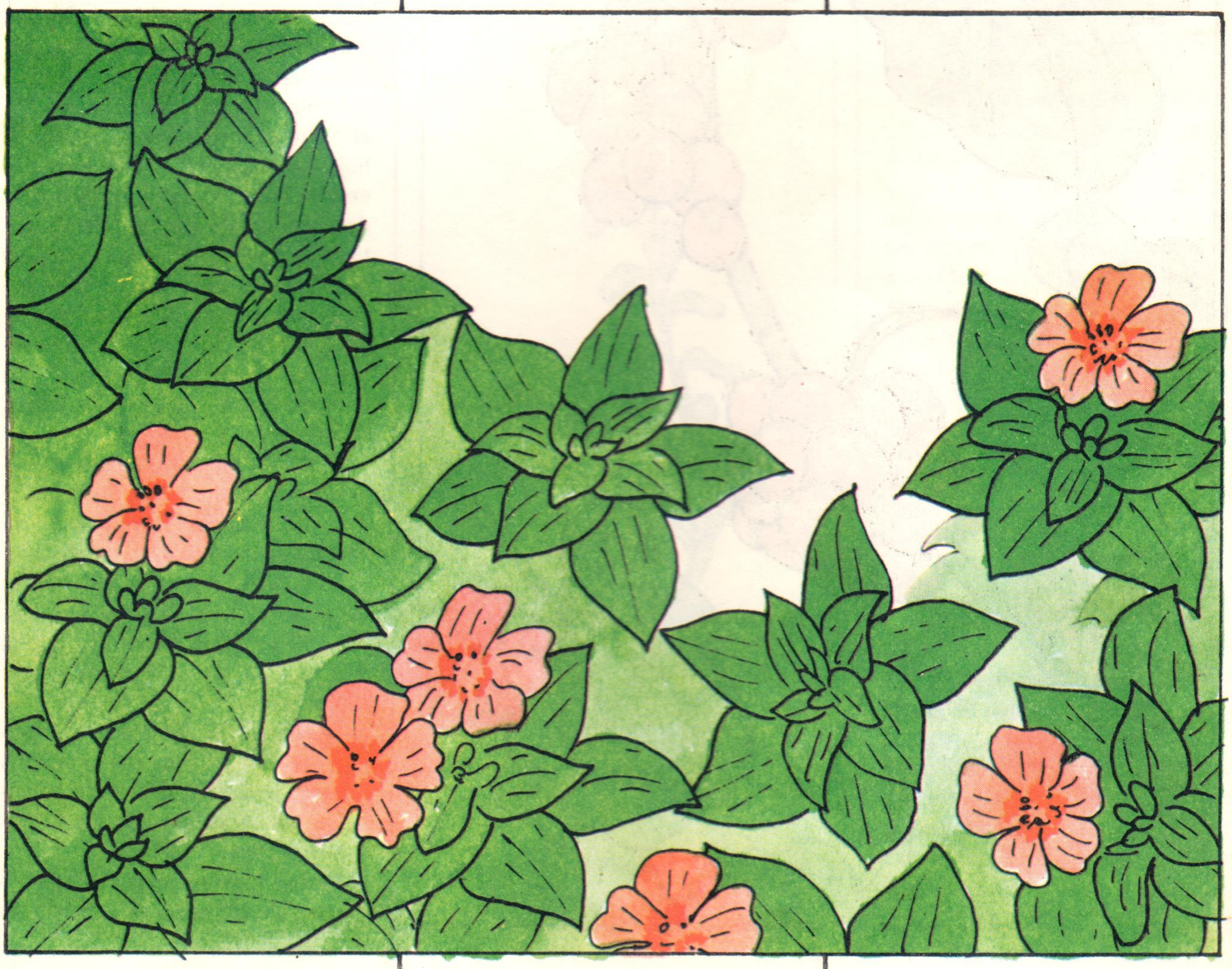
NUEZA NEGRA

Nombre científico:
Tamus Communis
Familia:
Dioscoreáceas

Bejuco vivaz provisto de una raíz en forma de tubérculo de color negro, que se extiende hasta cierta profundidad. De la raíz parten tallos cilíndricos, de varios metros de longitud, volubles, rastreros, y que alcanzan varios metros de longitud. Una característica de estos tallos es la de enrollarse alrededor de su tutor (volubles) pero esto lo hacen indistintamente en el sentido de las agujas del reloj o al contrario. Las hojas son acorazonadas, terminadas en punta, de color verde intenso y brillante, provistas de un largo pecíolo, y alternas. En el pecíolo existen dos glándulas basales que contienen sustancias aromáticas. Las flores, separadas en masculinas y femeninas, se disponen en apretados racimos axilares y son de un color amarillo intenso. El fruto es una baya globosa, roja, que se agrupa en racimos y está provisto de semillas grandes y albuminosas.

Esta planta es originaria de la cuenca del Mediterráneo y prefiere los suelos calizos, pero se la suele encontrar en nuestro país. Su recolección con fines medicinales, se realiza a finales de otoño.

La raíz de la Nueza Negra tiene



propiedades emolientes, drásticas, vomitivas, y antiequimóticas (para ser utilizada en caso de magulladuras). Con ella se elaboran extractos, tinturas, cocimientos y cataplasmas.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos podemos mencionar: tanino, sapinina, oxalato de potasio, oxalato de calcio, almidón.

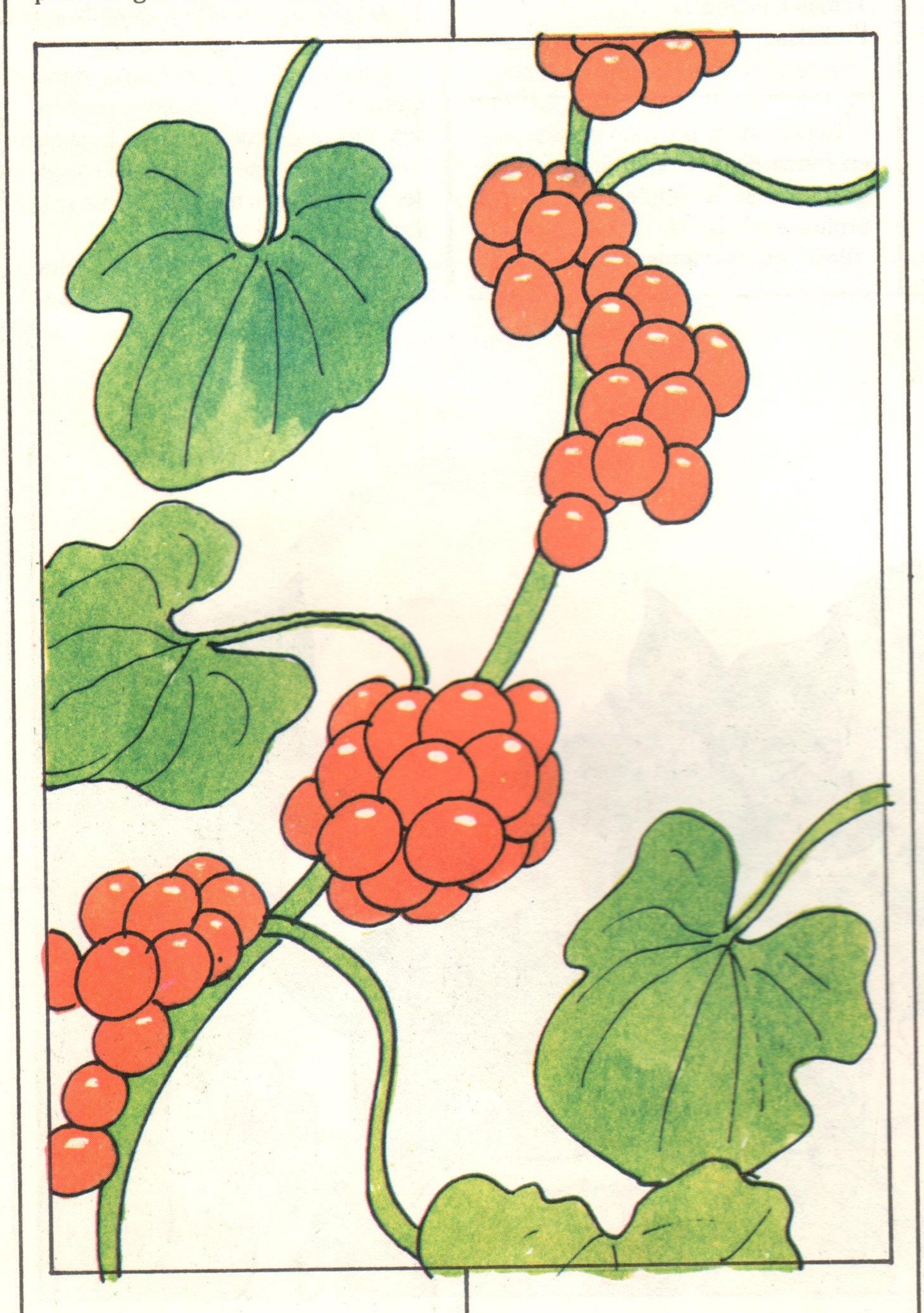
Hay que abstenerse de hacer uso interno de los preparados en base a Nueza Negra debido a que las propiedades de esta planta no están debidamente estudiadas. Debido a su elevado contenido de saponina, su consumo excesivo o inadecuado puede producir graves irritaciones.

En uso externo no tiene contraindicaciones y es especialmente indicada para el tratamiento de hematomas, dolores reumáticos o articulares, luxaciones, etc.

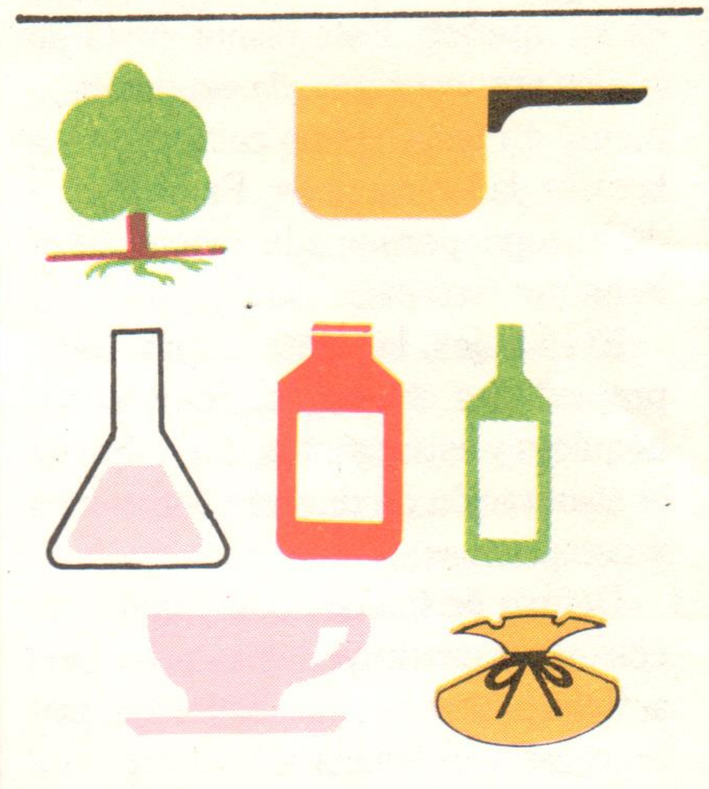
También se utiliza la pulpa de la raíz en la elaboración de cataplasmas para el tratamiento de resfríos.

Algunas personas acostumbran a hervir las ramas jóvenes y tomar este líquido como depurativo, sustituyendo al Lúpulo. Esta práctica no es aconsejada por las mismas razones que se han detallado más arriba.

Los frutos de la Nueza Negra, de aspecto muy llamativo, son tóxicos e irritantes. Es necesario tener mucha precaución con los niños en la época de madurez de estos frutos.



PAMPAJARITO



Nombre científico:
Sedun Acre
Familia:
Crasuláceas

Planta herbácea que crece sobre viejos muros o en rocas tanto en zona marítima como montañosa. Los tallos son rastreros, a veces erectos y tienen una altura de aproximadamente cinco centímetros. Las hojas son elipsoidales, sésiles, alternas, de consistencia carnosa, poco separadas entre sí e incluso, imbricadas. En el punto de inserción con el tallo, la hoja se ensancha, llegando a ser envolvente. Las flores poseen cáliz de cinco sépalos y la corola cinco pétalos, lanceolados y agudos, lo cual le da a la flor un típico aspecto de estrella de cinco puntas. Son de color amarillo intenso y están agrupadas en espigas terminales. Se recolecta con fines medicinales durante los meses de primavera y verano.

El Pampajarito (toda la planta) tiene propiedades rubefacientes, coricidas, vulnerarias, hipotensivas; se emplea en cataplasmas, juego, infusión, pomada, vino o tintura, todos estos preparados elaborados siempre con la planta fresca, ya que al desecarla pierde todas sus propiedades.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos, podemos mencionar: mucílagos, rutina, goma seridrina y resinas vegetales.

En uso externo, como callicida, o como rubefaciente, se emplea sin

ningún tipo de contraindicaciones. Es necesario tener mucho cuidado si se lo usa como madurativo, en casos de forúnculos, panadizos o abscesos, ya que puede producir irritaciones locales, que no revisten mayor peligro, pero pueden agregar mayor incomodidad, en lugar de ayudar a curar estos problemas.

En uso interno, su consumo presenta algunas dificultades debido a su gusto netamente ácido. No obstante no tener mayores contraindicaciones en uso interno y ser un hipotensivo muy eficaz, conviene abstenerse de usarlo sin previa consulta y supervisión médica, debido a que muchas personas pueden presentar cuadros de intolerancia.

PEREJIL

El Perejil ya ha sido descripto anteriormente, así como sus propiedades preparados y dosificación, que no ofrecen peligro.

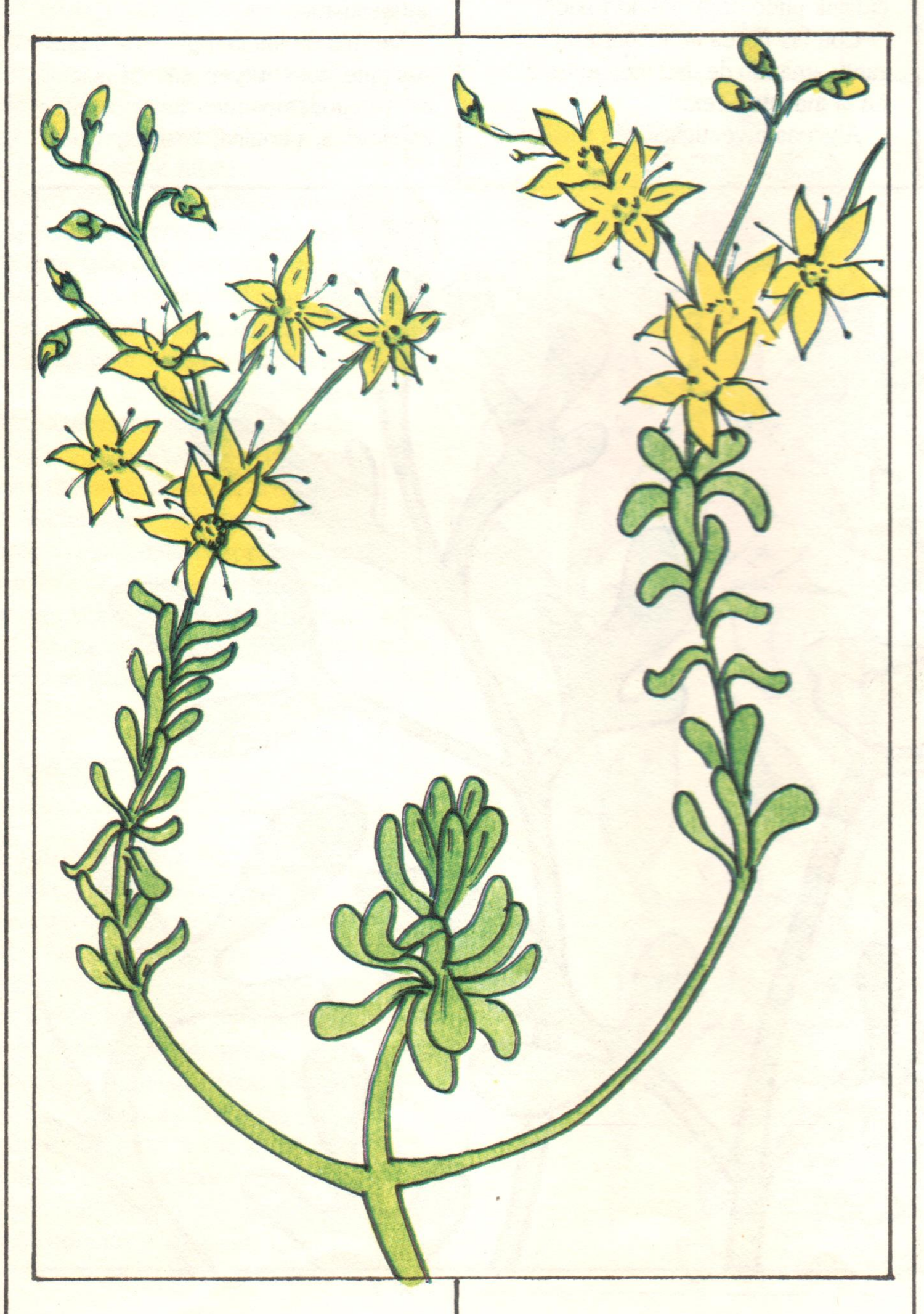
El perejil tiene propiedades diuréticas, digestivas, eupépticas, galactófugas y estomacales. Además de utilizárselo como condimento, puede utilizarse para elaborar té, infusiones, cataplasmas o tinturas.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos podemos señalar: mucílagos, esencias, vitaminas, sustancias aromáticas, apiina, pineno, apiol.

El Perejil, utilizado como cataplasma en caso de picadura de insectos, calma el dolor de la picadura. Colocado sobre el pecho de las lactantes, bloquea la producción de leche.

El Perejil es un poderoso abortivo, por eso se recomienda a las mujeres en estado de gestación que se abstengan de consumirlo.

Es necesario tener cuidado cuando la recolección del Perejil ya que, en su período juvenil, puede confundirse fácilmente con la cicuta.



SAPONARIA

Esta planta ya ha sido descripta anteriormente. También se han tratado sus propiedades, preparados y forma de consumo que no ofrecen peligro.

La Saponaria, también llamada Jabonera, tiene propiedades antirreumáticas, diaforéticas, expectorantes y depurativas. Con su raíz se elaboran jarabes, cocimientos y extractos, aprovechando sus virtudes.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos podemos señalar: saponina, grasa, esencias, basorina, resina, galactano.

Esta planta antiguamente fue muy cultivada con el fin de obtener lejía para el lavado de tejidos. Debe tenerse cuidado en el uso interno, no sobrepasar las dosis indicadas, y consumirla bajo supervisión médica, ya que el alto contenido de saponina puede ocasionar parálisis en centros vaso motores.

RUDA

Esta planta ya ha sido descripta anteriormente. Se han señalado asimismo las propiedades, preparados y forma de consumo, que no ofrecen peligro.

La Ruda (toda la planta) recolectada en verano con fines medicinales, tiene propiedades oftálmicas, vermífugas, digestivas, tranquilizantes y abortivas. Se utiliza en la elaboración de infusión, pomada, tintura, aguar-

dientes aromatizados, aceites y extractos.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos podemos mencionar: rutina, éter valeriánico, limonemo, aceite esencial, éter acético, salicilato de metilo, furocumarina, pineno y tanino.

Si bien la Ruda se consume habitualmente en forma de infusión y aguardiente, conviene no excederse en su uso ni sobrepasar las dosis prescriptas, ya que puede producir envenenamiento.

Igualmente deben abstenerse de su uso las gestantes, debido a que puede provocar contracciones uterinas, obrando como un abortivo.

Las personas alérgicas o sensibles de piel deben abstenerse de manipular la Ruda a la luz del sol pues puede producir dermatosis de contacto, debido a la presencia de xantotoxina.

RETAMA

Esta palnta ya ha sido descripta anteriormente. También se han señalado sus propiedades y preparados que no ofrecen peligro.

Las flores de la Retama tienen propiedades diuréticas y purgantes, y sirven para preparar infusiones, vinos o tinturas.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos podemos indicar: tanino, colorantes, sustancias aromáticas, citisina, y esencias.

Si bien es un reconocido diurético, conviene no excederse en la dosis anteriormente prescripta, ya que la citisina pude obrar como tóxico.

Con las flores se elabora un colorante amarillo de uso muy extendido en la industria textil.

Algunas investigaciones recientes indican que la citisina puede obrar como antídoto en caso de picadura de víbora, pero esto no está aún profundamente estudiado.

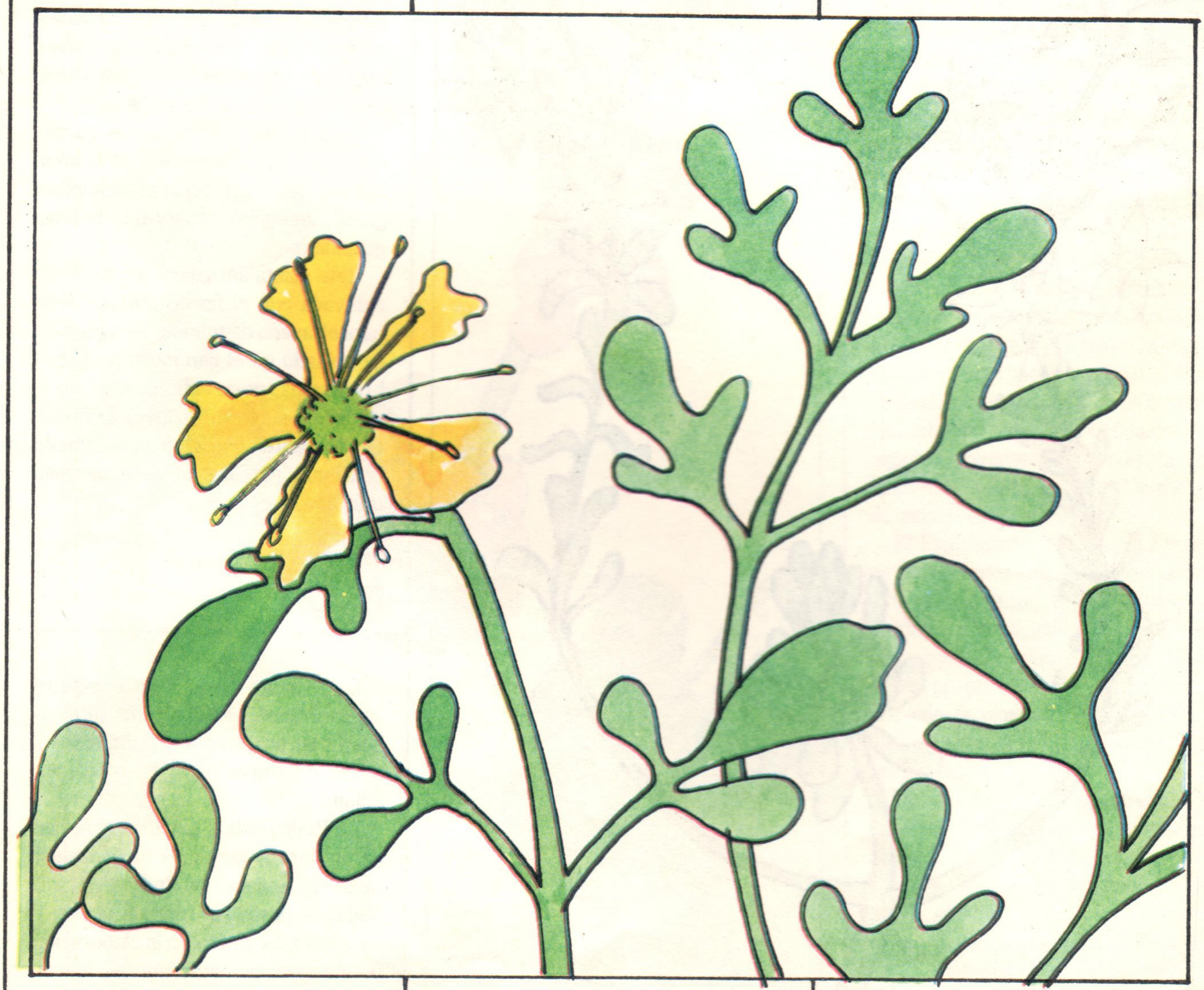
Las ramas finas de la Retama sirven para la elaboración de cestos y las ramas secas se utilizan como escobas rústicas.

PEONIA

La Peonia ya ha sido descripta anteriormente, así como sus propiedades y preparados, que no ofrecen peligro.

La Peonia tiene propiedades tranquilizantes, sedantes y antiespasmódicas.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos podemos mencionar: aceites esenciales, peonina, resinas, glucó-



sidos, ácidos orgánicos, tanino, azúcares.

Si bien la Peonia es un reconocido tranquilizante y sedante, es necesario no abusar de su consumo y usarla bajo control médico, ya que usándola en elevadas dosis puede resutar tóxica. Lo mismo puede ocurrir si se la consume durante mucho tiempo, ya que obra por acumulación.

REDODENDRON

El Rododendron ya ha sido tratado anteriormente; se han señalado sus propiedades, preparados y forma de consumo, que no ofrecen peligro.

Las hojas y las agallas del Rododendron tienen propiedades antirreumáticas, antineurálgicas, calmantes y diuréticas; se prepara en forma de infusión, aceite o tintura, para uso externo e interno.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos, podemos mencionar: ericolina, resinas, arbutina, rodoxantina, glucosa y sustancias aromáticas.

El Rododendro solo o combinado con el Brezo, se utiliza en el tratamiento de distintas enfermedades de las vías urinarias y también se lo emplea en medicina homeopática.

Se recomienda no excederse en las proporciones dadas para el uso de esta planta, y preferentemente, hacerlo bajo la supervisión de un facultativo, ya que en las altas dosis puede tener un efecto tóxico.

TANACETO

El Tanaceto ya ha sido descripto anteriormente; se han señalado igualmente sus propiedades, preparados y formas de consumo, que no ofrecen peligro.

El Tanaceto tiene propiedades amargo tónicas, emenagogas, antihelmínticas y carminativas. Con la flor del Tanaceto se elaboran jarabes, infusiones, extractos y tintura.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos podemos mencionar: tanacetina, cetonas, esencias en base a terpenos, ácido tanaceto tánico, éstere, y resinas.

Si bien en uso interno el Tanaceto no presenta mayores contraindicaciones, conviene no excederse en las dosis indicadas ni usarlo durante períodos prolongados, ya que puede provocar intoxicaciones que se manifiestan con estados convulsivos muy semejantes a los epilépticos.

Por ser una planta emenagoga, las gestantes deben abstenerse de usarla.

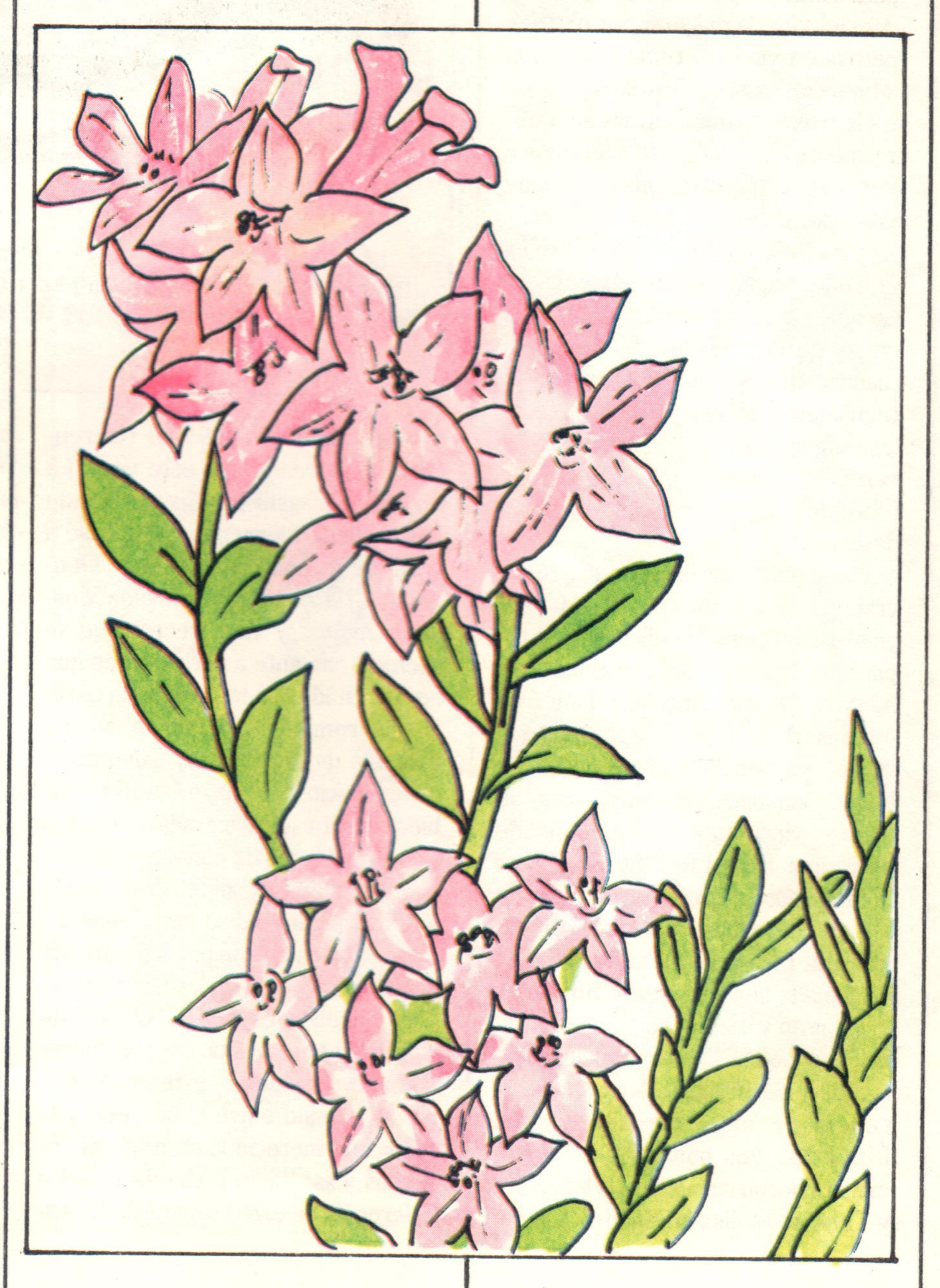
TUJA

La Tuja ya ha sido descripta anteriormente, así como sus propiedades, preparados y forma de consumo, que no ofrecen peligro.

Las hojas de la Tuja, recolectadas a mediados del verano, tienen propiedades insecticidas, antihelmínicas y diuréticas. Con ellas se preparan jarabes, extractos y tinturas.

Dentro de los compuestos químicos que constituyen sus principios activos podemos .señalar: tanino, sustancias amargas, esencias con cetonas terpénicas, cera, tujina, azúcares y ácido tújico.

Es indicado no sobrepasar las dosis prescriptas ni abusar en el consumo de la Truja, ya que no todos sus principios activos están debidamente estudiados y su uso indebido puede producir intoxicaciones de cierta gravedad.



RECETAS TRADICIONALES CON PLANTAS MEDICINALES Y HIERBAS AROMATICAS

Si bien a lo largo de esta Enciclopedia hemos detallado las recetas más frecuentes que son comúnmente elaboradas con cada planta, existen muchos preparados donde se combinan las propiedades de más de una de ellas. Entramos en el campo de las tisanas, tituras y vinos compuestos.

Uno de los solventes tradicionales para estos preparados es el vino y esta práctica de macerar una o varias hierbas en vino se remonta hasta la antigüedad clásica. En efecto, algunas hierbas y la miel permitían primitivamente corregir gustos amargos o muy agrios de ciertos vinos; luego de esta costumbre se pasó a elaborar preparados en base a hierbas y vinos y de este origen común podemos decir que nacen la licorería y algunas ramas de la medicina. No es mera casualidad que muchos digestivos o reguladores de funciones estomacales tengan la presentación o gusto de verdaderos licores que conjugan la función terapéutica con la degustativa.

Fue el padre de la medicina, Hipócrates, que 400 años antes de Cristo ya elaboraba vinos medicinales y preparados combinando Genciana, Almendra, Quasia, Angelica, Tomillo y otras hierbas. En su "corpus hipocraticum" ya detallaba las ventajas de estas combinaciones, entre ellas, su famoso vino hipocrático. Se puede decir que Hipócrates fue al mismo tiempo padre de la medicina y uno de los precursores de la industria licorera. Durante toda la Edad Media se llamaba genéricamente **hipocrás** a una gran variedad de vinos medicinales; cupo a Taillevent, cocinero de Carlos V de Francia, dejar una referencia permanente del famoso **hipocrás.** Las bondades del **hipocrás** tuvieron su lugar en la literatura y Tirso de Molina en su obra "Cautela contra Cautela", nos hace referencia a las bondades de este vino. La receta que hasta hoy ha perdurado nos habla de un preparado en base a aguardiente con Canela, Clavo, Gengibre, Grana del Paraíso, Nuez Moscada, Azúcar y vino, receta que se asemeja bastante a varias de las que hemos citado a lo largo de esta obra.

Los romanos no fueron mucho más allá de Hipócrates, salvo en la incorporación de mayor cantidad de hierbas para ser maceradas, debido a las posibilidades de conocer distintas tierras, culturas, costumbres, fauna y flores que les dio su vasto imperio. Los romanos fueron particularmente adeptos a los cocimientos en vinos. Uno de ellos es el famoso **Vinus apsinthatus,** elaborado con Ajenjo como es de esperar, este producto a medio camino entre la licorería y la medicina, mereció la atención de los poetas y así Plinio y Marcial nos dan referencia de este preparado. En este **vinus apsinthatus,** se puede encontrar un antecedente directo de Ajenjo y del Vermouth. Plinio también hace referencia de otro preparado, antecedente inmediato de nuestros vinos y tinturas compuestas: es un licor que el poeta elaboraba mezclando el jugo de cien hierbas al vino caliente. Este licor fue llamado **excentum herbis** y es el pariente más antiguo conocido de otros digestivos conocidos tales como el Centerbu y el Benedictine.

Los galos, tan atrasados en aspectos de organización social frente a los romanos, no se quedaban sin embargo rezagados en lo que hace a la elaboración de macerados en base de hierbas. Los sacerdotes galos, los druidas, eran muy aficionados al estudio y uso de plantas medicinales. En esta práctica se reunía lo meramente pragmático con un profundo sentido religioso; así muchas de las especie debían ser cortadas con una

pequeña hoz de oro.

Sin embargo, hasta ahora, nos falta un elemento fundamental en la elaboración de preparados medicinales: el alcohol. Este mágico líquido incoloro, transparente, de efectos embriagadores y variados sinónimos: agua de la vida, aquavit, eau de la vie, o espíritu del vino, cuya historia es curiosa.

Durante la Edad Media, los alquimistas se lanzaron a la búsqueda de la "piedra filosofal" que tenía, entre otras virtudes, la de transmutar metales innobles en oro. Si bien los alquimistas fracasaron en su intento, fueron los padres de la química moderna e, indirectamente de la licorería, al descubrir el alcohol. De hecho la palabra "elixir" es una palabra árabe para designar la piedra filosofal. Hasta ese momento se habían hecho innumerables maceraciones en vino, se habían elaborado cocimientos en vino y quizás se llegó a entrever ese líquido volátil que se obtiene destilando el vino, que es el alcohol. Pero el "agua de la vida" siguió permaneciendo oculta. No se sabe exactamente en que, momento los sabios llegaron a destilar alcohol, pero ya en el siglo VII de nuestra era hay pruebas concretas en la obra del alquimista árabe Xabir Ben Ayyan, también conocido como Geber, quien ya hace referencia directa al "aqua vitae". Tienen que pasar todavía cinco siglos más para que el alcohol ingrese definitivamente en la medicina. Este "espíritu del vino", recibió de parte de los árabes el nombre de **alkohl.**

Los preparados en base a alcohol se van sucediendo de manera vertiginosa, así ya en 1310 Arnaldo de Villanova escribe un tratado **De Vinis,** cuyo título completo no deja de ser altamente significativo: elixir de vinorum mirabilibus specierum et artificialum vinum. En ese libro se menciona un raro licor que lleva mezcla de oro en polvo, antecesor directo del **Danzinger Goldwasser.**

Hacia 1.500 se destilan las primeras ginebras o elixir de bayas de Enebro, elaborado primitivamente con fines específicamente medicinales.

Luego de esta pequeña introducción histórica será más fácil entender porqué las tinturas y vinos compuestos se pueden elaborar con un criterio medicinal y al mismo tiempo degustativo.

La manera general de elaborar tinturas compuestas consiste primero en mezclar todas las hierbas a ser utilizadas y remojarlas apenas en el alcohol indicado. Se deja esta mezcla en maceración durante 24 horas y recién entonces se le agrega el resto del líquido, dejando descansar esta maceración durante dos semanas al abrigo de la luz solar y agitando cada tres o cuatro días. Al cabo de los 15 días, se cuela este líquido usando un embudo de vidrio y papel de filtro o en su reemplazo un lienzo o muselina limpia, o en su defecto un trozo de algodón. Si se desea, se pueden exprimir las hierbas húmedas en un exprimidor o prensa de fruta o de carne, filtrando el líquido obtenido. El líquido resultante de esta filtración debe ser claro y límpido. Si así no fuera, se volverá a filtrar todas las veces que sea necesario.

TINTURAS COMPUESTAS

ELIXIR DE QUINA

Corteza de Quina	90 gr.
Semilla de Anís	2 gr.
Canela	5 gr.
Corteza de Naranjo	15 gr.
Clavo de Olor	2 gr.
Alcohol de 95°	500 cc
Agua	1200 cc

Se mezclan todos los ingredientes, se muelen en un mortero, se le agrega el alcohol y se deja macerar durante cinco días agitando la mezcla una o dos veces por día. Se le agrega el agua y se deja macerar durante 15 días más. Se filtra este preparado y se le agregan 800 gramos de azúcar revolviendo bien hasta que ésta esté completamente disuelta. Se deja reposar durante 24 horas más y se filtra por un filtro de papel. Se bebe por vasitos, como tónico o digestivo.

ELIXIR VISCERAL DE HOFFMAN

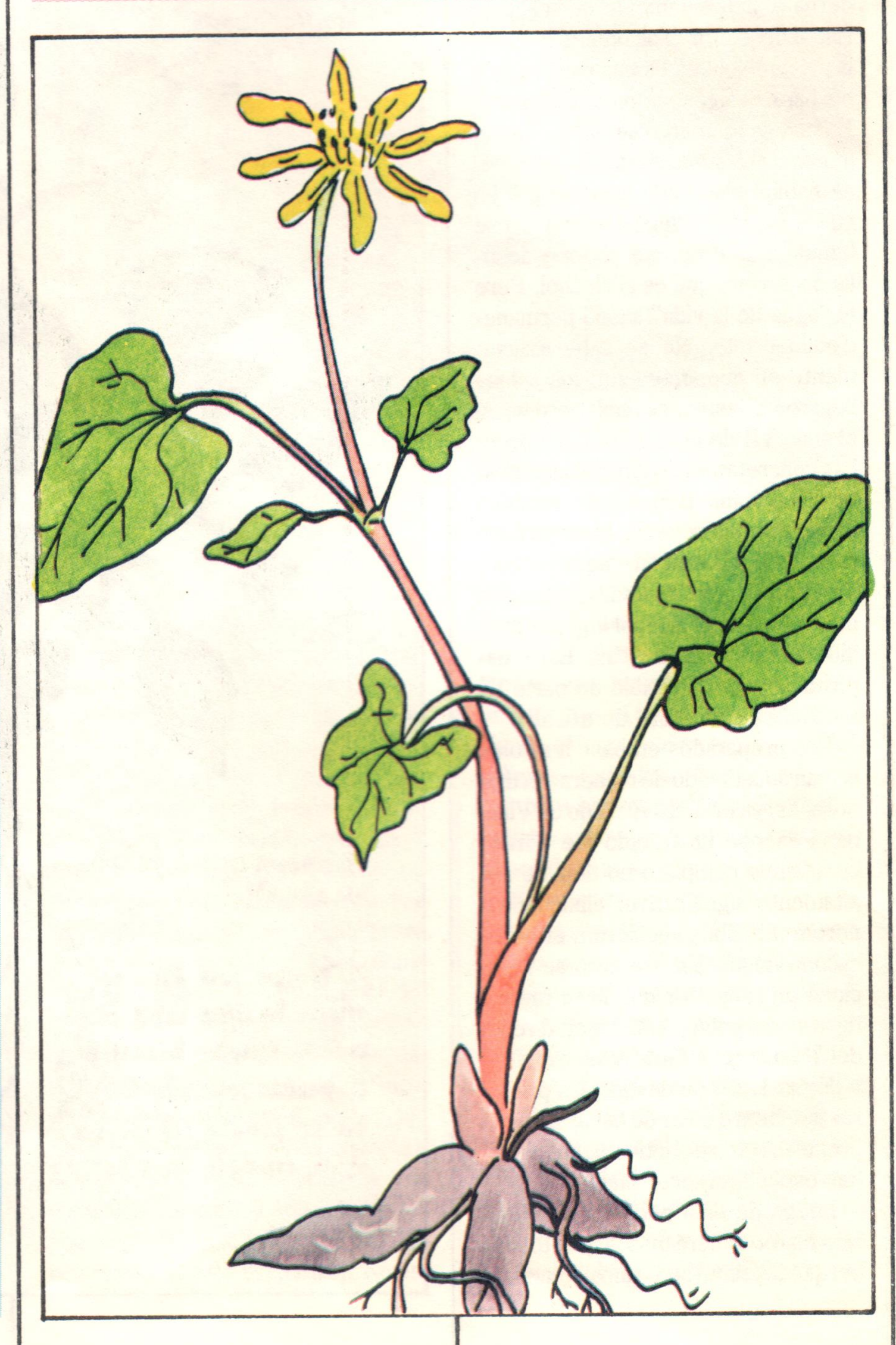
Extracto de Genciana	40 gr.
Corteza de Naranja	200 gr.
Ajenjo	40 gr.
Canela	80 gr.
Trébol	40 gr.
Carbonato de Potasio	20 gr.
Tintura de Cascarilla	150 gr.
Vino Málaga o Garnacha	2 litros

Se muelen todos los ingredientes en un mortero y luego se maceran en la tintura de Cascarilla durante 24 horas; se le agrega el vino y se deja esta mezcla en maceración durante tres semanas. Se cuela con papel de filtro y se bebe por copitas antes de la comidas. Es un eficaz aperitivo, tónico estomacal y digestivo.

TINTURA COMPUESTA AROMATICO DIGESTIVA

Semilla de Cardamomo	10 gr.
Clavo de Olor	10 gr.
Canela en Rama	50 gr.
Raíz de Galanga	10 gr.
Rizomas de Gengibre	20 gr.
Alcohol de 60°	500 cc

Se mezclan los ingredientes contundiéndolos en un mortero si fuera necesario. Se colocan los ingredientes en un frasco de vidrio de boca ancha y tapa esmerilada y se remojan con 100 cc de alcohol; se deja en reposo bien tapado durante 24 hs. Al cabo de ese tiempo se le agrega el alcohol restante y se deja reposar durante 15 días, agitando de cuando en cuando. Se bebe por cucharaditas, antes o después de las comidas, disueltas en jugo de frutas, agua tibia, la infusión de su agrado o vino.



ELIXIR DE LA LARGA VIDA

Aloe ..... 40 gr.
Agarico ..... 5 gr.
Ruibarbo ..... 5 gr.
Azafrán ..... 5 gr.
Alcohol de 60° ..... 2 litros

Se contunden los ingredientes en un mortero, se colocan en un frasco de boca ancha y tapa esmerilada; luego se añade el alcohol y se deja en maceración durante 15 días. Dosis recomendada: una cucharada disuelta en un vaso de agua como tónico estomacal y digestivo.

ELIXIR DE LA LARGA VIDA (OTRO)

Ruibarbo ..... 5 gr.
Cálamo Aromático ..... 5 gr.
Aloe ..... 30 gr.
Genciana ..... 5 gr.
Alcohol de 60° ..... 1.000 cc

Se deja en maceración durante tres semanas, se filtra y se guarda en envase apropiado. Se bebe por cucharadas, o bien disuelto en un poco de agua.

AGUA DIGESTIVA ESPIRITUOSA

Lavanda ..... 10 gr.
Manzanilla ..... 15 gr.
Mejorana ..... 10 gr.
Albahaca ..... 10 gr.
Tomillo ..... 5 gr.
Quina ..... 5 gr.
Romero ..... 15 gr.
Salvia ..... 20 gr.
Melisa ..... 15 gr.
Menta ..... 10 gr.
Alcohol de 95° ..... 500 cc
Agua ..... 300 cc

Se mezclan todas las hierbas y se contunden en un mortero; se le agrega la mitad del alcohol y se deja en maceración durante 24 horas; luego se le agrega el alcohol restante y se deja macerar durante 10 días. Se le agrega el agua y se deja durante 5 días más. Se filtra con un papel de filtro y se le agrega un cuarto de azúcar impalpable revolviendo bien hasta que esté completamente disuelta. Se deja reposar durante 24 horas y se puede consumir. La forma normal de consumo es disolviendo una cucharadita de té en una taza de agua tibia. Se bebe después de las comidas como digestivos.

TINTURA APERITIVA

Tintura de genciana ..... 10 cc
Tintura de anís ..... 10 cc
Tintura de Salvia ..... 10 cc
Tintura de Centáurea Mayor 10 cc

Se mezclan las tinturas y se guardan en un envase apropiado. Dosis recomendada: 10 cc en un vaso de agua media hora antes de las comidas. Es especialmente indicada en casos de anorexia o inapetencia crónica.

ELIXIR VISCERAL DE GARUS

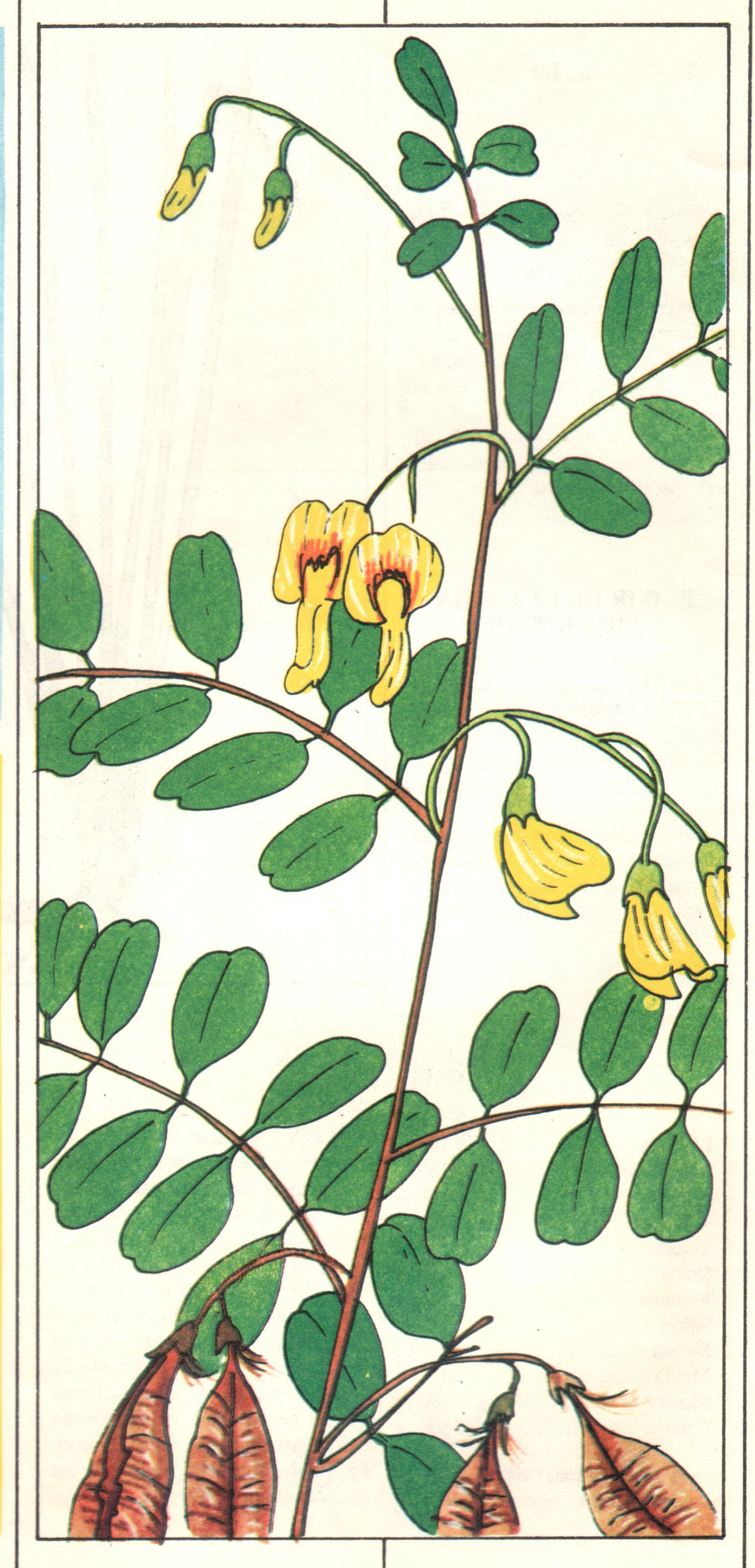
Tintura de Canela ..... 5 cc
Tintura de Clavo de Olor ..... 5 cc
Tintura de Azafrán ..... 5 cc
Tintura de Nuez Moscada ..... 5 cc
Jarabe de Culantrillo ..... 250 cc
Alcohol de 85° ..... 50 cc
Agua de Azahar ..... 50 cc
Azafrán ..... 1 gr.

Se ponen en maceración las tinturas, el alcohol y el Azafrán, durante 48 horas. Luego se filtra el líquido macerado por un filtro de papel, repitiendo la operación si fuera necesario. Luego se le añade el Jarabe de Culantrillo al líquido filtrado y el Agua de Azahar. Es un eficaz digestivo, aperitivo y tónico estomacal. Se recomienda una cucharada antes de las comidas disuelta en un vaso de agua, o bien en la bebida de su agrado.

AGUA DE MELISA

Cascara de limón (sin la parte blanca) ..... 20 gr.
Clavo de olor ..... 5 gr.
Melisa ..... 20 gr.
Nuez moscada en polvo ..... 20 gr.
Cálamo aromático ..... 5 gr.
Canela ..... 5 gr.
Raíz de Angélica ..... 5 gr.
Cilantro ..... 5 gr.
Alcohol de 95° ..... 500 cc
Agua ..... 500 cc

Se mezclan los elementos, se contunden en un mortero, se le agrega el alcohol y se deja en maceración durante dos semanas; se filtra con un papel de filtro, se deja reposar durante 48 horas y se vuelve a filtrar. Se guarda en un envase adecuado y ya está listo para su uso. Se disuelve media cucharadita de té en una taza de agua tibia y se bebe después de las comidas como digestivo. También en caso de cefaleas producto de la mala digestión.



APERITIVO TIPO HESPERIDINA

Chauchas de vainilla 1
Cáscaras de naranjas o pomelo (sin la parte blanca) 3
Canela en rama ..... 5 gr.
Clavo de olor 3
Alcohol de 95° ..... 500 cc
Agua ..... 750 cc
(si se desea se puede agregar algo más de agua para bajar la graduación alcohólica del preparado)
Azúcar ..... 500 gr.

Picar la cascara de naranja finamente y contundir, junto con el resto de los ingredientes, en un mortero. Macerar los ingredientes durante 15 días en alcohol, filtrar con un papel de filtro. Dejar reposar 24 horas y volver a filtrar. Aparte se prepara un almíbar con el azúcar y el agua, se deja hervir durante 10 minutos, se espuma, se cuela a través de una muselina limpia y se deja enfriar. Se mezcla el almíbar al macerado en alcohol. Se deja reposar una semana, se vuelve a filtrar a través de una muselina y se guarda en un envase apropiado. Se bebe antes de las comidas, puro o mezclado con soda.

LICOR DE POLEO

Hojas picadas de Poleo ... 2 cucharadas
Alcohol de 95° ..... 800 cc
Azúcar ..... 400 gr.
Agua ..... 800 cc

Se maceran las hojas de Poleo durante cinco días en el alcohol, se filtra con papel de filtro y se deja reposar. Aparte, se prepara un almíbar, con el agua y el azúcar, dejando hervir durante un minuto, se espuma y filtra en caliente, se deja enfriar y se agrega el líquido en macerado. Se deja reposar durante 15 días y se vuelve a filtrar. Se bebe por copitas como digestivo y como carminativo.

LICOR ESTOMACAL I

Azafrán ..... 1 gr.
Dátiles descarozados ..... 50 gr.
Azufaifa machacada ..... 5 gr.
Nuez de Kola ..... 5 gr.
Canela ..... 4 gr.
Anís ..... 4 gr.
Clavo de Olor ..... 4 gr.
Cilantro ..... 10 gr.
Pasas de Uva machacada ... 60 gr.
Alcohol de 95° ..... 2 litros
Agua ..... 3 litros
Azúcar ..... 1.5 kg.

Se mezclan todos los ingredientes en un mortero y se contunden; luego se colocan en un frasco de boca ancha y se le agrega la mitad del alcohol. Se deja en remojo durante dos días y se le agrega el resto del alcohol. Se deja macerar durante 15 días y luego se cuela a través de una muselina. Se deja reposar durante 48 hs. y se vuelve a filtrar. Se prepara un almíbar con el agua y el azúcar, se deja hervir durante 10 minutos, se espuma y se cuela en caliente a través de una muselina. Se deja enfriar y se mezcla con el macerado. Se filtra, se deja reposar durante una semana y se vuelve a filtrar. Se bebe por copitas.

LICOR ESTOMACAL II

Acoro ..... 5 gr.
Jengibre ..... 15 gr.
Clavo de Olor ..... 2 gr.
Canela ..... 10 gr.
Alcohol de 95° ..... 150 cc
Agua ..... 200 cc
Azúcar ..... 150 gr.

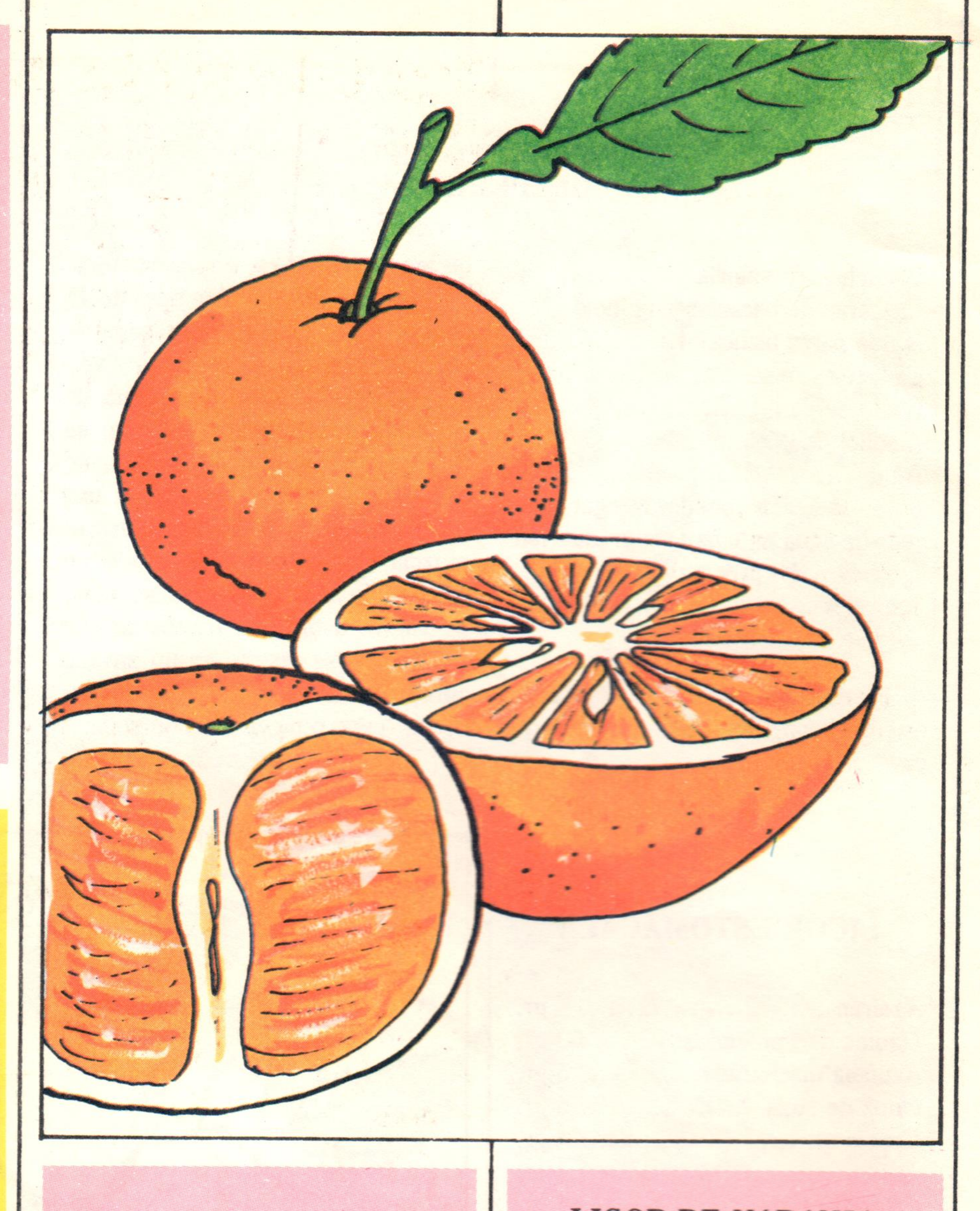
Se contunden todos los ingredientes en un mortero y se maceran en alcohol durante 15 días. Se filtran con papel de filtro. Se prepara un almíbar caliente con el agua y el azúcar. Se espuma. Se deja enfriar y se añade al macerado de hierbas. Se deja reposar durante 15 días y se filtra. A las 72 horas se vuelve a filtrar nuevamente. Se bebe por copitas.

AGUA DE MELISA (OTRA)

Flores de Melisa ..... 40 gr.
Flores de Tomillo ..... 30 gr.
Flores de Salvia ..... 30 gr.
Flores de Ajenjo ..... 30 gr.
Bayas de Enebro ..... 60 gr.
Canela ..... 30 gr.
Cilantro ..... 30 gr.
Hisopo ..... 30 gr.
Mejorana ..... 30 gr.
Cardamomo, semillas ..... 20 gr.
Romero ..... 20 gr.
Semilla de Anís ..... 20 gr.
Cáscara de limón, sin la parte blanca ..... 40 gr.
Alcohol de 95° ..... 2 litros

Se pica la corteza de limón y se mezcla con los demás ingredientes. Se contunden en un mortero, se le agrega la mitad del alcohol y se dejan en remojo durante tres días. Se le agrega el resto del alcohol y se deja macerar durante tres semanas.

Se calienta la mezcla a bañomaría hasta que se reduzca una quinta parte. Se filtra, y se le agregan 1.500 cc de agua. Se disuelve media cucharadita de té en una taza de agua tibia y se bebe después de las comidas como digestivo o en caso de cefaleas, producto de la mala digestión.



LICOR DE CASCARA DE NARANJA

Cáscara de Naranja amarga, sin la parte blanca ..... 500 gr.
Clavo de Olor ..... 5 gr.
Canela en Rama ..... 10 gr.
Nuez Moscada ..... 2 gr.
Alcohol de 95° ..... 300 cc
Almíbar frío ..... 1.500 cc

Se contunden los ingredientes en un mortero, se deja en maceración con el alcohol durante treinta días, se filtra, se deja reposar durante 72 horas, volviendo a filtrar si se considera necesario. Luego se le agrega el almíbar frío. Se bebe por copitas antes del almuerzo como aperitivo.

LICOR DE NARANJA (OTRO)

Corteza de Naranja fresca 1
Media Nuez moscada trozada y machacada ..... ½
Canela en rama ..... 2 gr.
Azafrán ..... 4 gr.
Alcohol de 95° ..... 500 cc
Agua ..... 600 cc
Azúcar ..... 500 gr.

Se machacan los ingredientes en un mortero y se maceran con el alcohol durante dos semanas. Se filtra con un papel de filtro, se deja reposar 24 horas y se vuelve a filtrar. Se prepara un almíbar con el agua y el azúcar, se deja enfriar y se mezcla con el otro preparado. Es un agradable digestivo, que se puede tomar después de las comidas.

Enciclopedia de

PLANTAS QUE CURAN

NUESTRO PROXIMO NUMERO

TINTURAS COMPUESTAS
VINOS COMPUESTOS MEDICINALES
TISANAS SIMPLES Y COMPUESTAS

28

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN